



INALADORES:
UTILIZE CORRETAMENTE

O QUE SÃO INALADORES?

Os **inaladores** são dispositivos utilizados para tratamento das doenças respiratórias, sobretudo na Asma e na DPOC, e normalmente são conhecidos por “bombas”, termo que vem do passado em que as substâncias utilizadas provocavam taquicardia, agitação, ansiedade, levando a considerar o resultado final como o efeito de uma bomba.

Existem vários modelos, divididos em três categorias principais: uma, a mais antiga, designada popularmente por “spray”; outra, mais recente, utilizando uma tecnologia muito diferente que produz uma nuvem; e ainda a terceira categoria em que os medicamentos estão disponíveis em pó seco.



Há três grandes grupos de inaladores:

- De “spray”;
- De “nuvem”;
- De pó seco.

De cada um destes grupos existe uma enorme diversidade de modelos, embora todos com a mesma finalidade: “conduzir ao interior dos brônquios medicamentos capazes de produzir um efeito dilatador (que facilita a respiração).”

PARA QUE SERVEM OS INALADORES?

O objetivo dos inaladores é levar os medicamentos diretamente até aos brônquios, local onde devem atuar.

Cada modelo tem regras próprias de utilização, que devem ser rigorosamente cumpridas para que a ação do inalador seja eficaz.

Basicamente os passos gerais da inalação são iguais para todos os inaladores e têm a ver com **“uma expiração profunda antes de inalar, uma inspiração profunda no ato da inalação, seguida de uma pausa respiratória de 8 a 10 segundos, para que as partículas dos medicamentos tenham tempo de chegar o mais profundo possível da árvore brônquica”**.

COMO SE UTILIZAM:



Cada inalador tem o seu modo próprio de funcionamento, pelo que é muito importante ler e ver as imagens do folheto informativo e pedir explicações ao seu médico, enfermeiro ou farmacêutico para não ter quaisquer dúvidas quando o for utilizar.

A técnica inalatória é fundamental para a eficácia do tratamento.

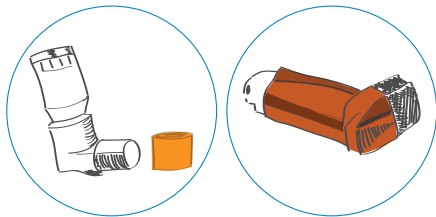
Muitos de nós inalamos diretamente sem fazer uma expiração prévia, o que condiciona a inspiração do medicamento.

Por vezes também fazemos uma inspiração profunda antes de tempo o que faz com que o medicamento não tenha tempo de atuar.

A frequência da inalação é prescrita pelo médico.

TÉCNICAS DE INALAÇÃO

Cada inalador tem a sua técnica de utilização específica pelo que nunca se deve iniciar a sua utilização sem ler, cuidadosamente, a bula (folheto informativo), e, em caso de persistirem dúvidas pedir esclarecimentos ao seu médico, enfermeiro ou farmacêutico.



Imagens Ilustrativas

INALADOR DE “SPRAY”



Técnica de inalação:

1. Remover tampa;
 2. Agite o inalador (para misturar as partículas);
 3. Deite o ar fora (expire) normalmente;
 4. Coloque o inalador na boca e sele os lábios à sua volta;
 5. Inspire lentamente através da boca pressionando o inalador ao mesmo tempo (apenas faça pressão uma vez para libertar uma dose de medicação);
 6. Continue a inspirar lenta e profundamente enchendo os pulmões de ar;
 7. Mantenha durante 4 a 10 segundos esta inspiração máxima para a medicação ter tempo de chegar aos pulmões.
- > Se efetuar outra dose espere 1 minuto antes de inalar a segunda dose.
-

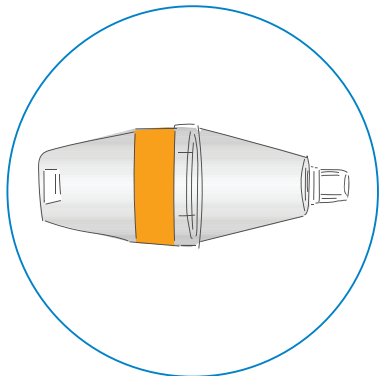


INALADOR DE “SPRAY” COM UMA CÂMARA EXPANSORA

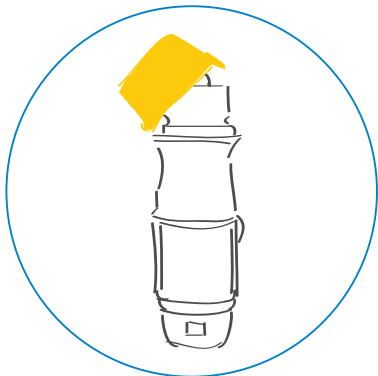
.....

Técnica de inalação:

1. Remover as tampas;
 2. Agite o inalador e conecte-o à câmara expansora mantendo-o direito;
 3. Deite o ar fora (expire) normalmente;
 4. Coloque a câmara na boca entre os dentes e sele os lábios à volta da peça bucal;
 5. Pressione o inalador uma vez;
 6. Inspire lenta e profundamente pela boca;
 7. Mantenha durante 4 a 10 segundos esta inspiração máxima para a medicação ter tempo de chegar aos pulmões;
 8. Se lhe for difícil efetuar uma inspiração profunda e mantida, respire normalmente inspirando e expirando através do dispositivo 3 a 4 vezes seguidas.
-



Imagens Ilustrativas



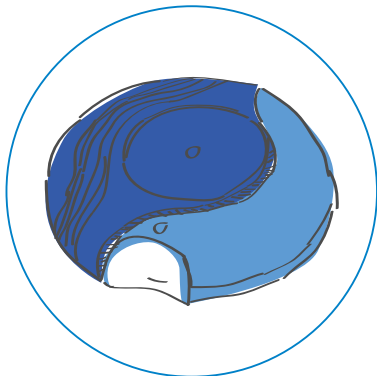
Imagens Ilustrativas

INALADOR DE “NUVEM”

.....

Técnica de inalação com “Respimat®”:

1. Segure o inalador em posição vertical, com a tampa de proteção fechada, para evitar a libertação acidental de uma dose;
2. Rode a base na direção das setas vermelhas do rótulo até ouvir um clique (meia volta);
3. Abra totalmente a tampa de proteção. Expire lenta e profundamente e depois feche os lábios ajustando-os à volta do bocal, sem fechar os orifícios para passagem do ar;
4. Posicione o inalador na horizontal, apontando para o fundo da garganta;
5. Enquanto inspira lenta e profundamente pressione o botão de libertação de dose e continue a inspirar lentamente, o máximo que conseguir;
6. Sustenha a respiração por 10 segundos, ou enquanto lhe for confortável;
7. Repita os passos 1 a 6 para receber a dose completa;
8. Feche a tampa de proteção até voltar a utilizar novamente o seu inalador.



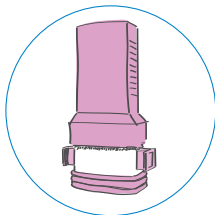
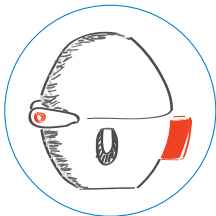
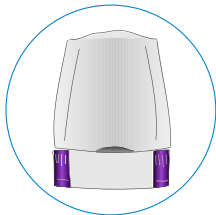
Imagens Ilustrativas

INALADORES DE PÓ SECO

.....

Técnica de inalação com “Diskus®”:

1. Segure o disco com uma mão e coloque o polegar da outra mão na reentrância. Empurre rodando o polegar para a direita o mais possível até ouvir um clique;
 2. Empurre a alavanca o mais possível até ouvir um clique;
 3. Expire (deite o ar fora) completamente (disco longe da boca);
 4. Coloque o bocal nos lábios e inspire rápida e profundamente;
 5. Mantenha durante 4 a 10 segundos esta inspiração máxima para a medicação ter tempo de chegar aos pulmões;
 6. Rode a tampa do polegar para a esquerda até ouvir um clique.
-

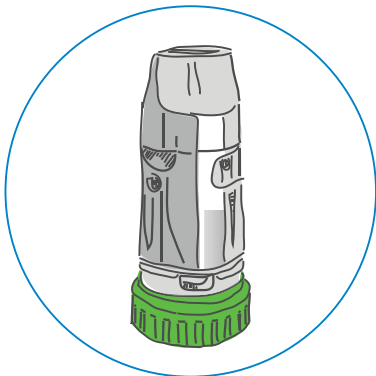


Imagens Ilustrativas

INALADORES DE PÓ SECO

Técnica de inalação com inaladores com cápsulas de pó seco:

1. Abra o dispositivo;
2. Coloque uma cápsula no dispositivo e feche;
3. Segure o dispositivo direito e pique a cápsula carregando no ou nos botões laterais;
4. Expire (deite o ar fora) completamente (dispositivo longe da boca);
5. Coloque o bocal nos lábios e inspire lenta e profundamente (a cápsula vibra);
6. Mantenha durante 4 a 10 segundos esta inspiração máxima para a medicação ter tempo de chegar aos pulmões. Respire normalmente;
7. Pode voltar a inspirar para ter a certeza que tomou toda a medicação;
8. Abra o dispositivo novamente. Tire a cápsula usada (verifique se está picada e vazia). Se lhe tocar não toque nos olhos e lave bem as mãos.



Imagens Ilustrativas

INALADORES DE PÓ SECO

.....

Técnica de inalação com “Turbohaler®”:

1. Desenrosque a tampa;
 2. Segure o dispositivo direito;
 3. Rode a pega colorida numa direção tão longe quanto possível. Rode de volta até ouvir um clique (a dose está pronta);
 4. Expire (deite o ar fora) completamente (dispositivo longe da boca);
 5. Coloque o bocal na boca e sele os lábios à sua volta. Inspire profundamente pela boca;
 6. Mantenha durante 4 a 10 segundos esta inspiração máxima para a medicação ter tempo de chegar aos pulmões. Respire normalmente;
 7. Volte a colocar a tampa.
-

HIGIENIZAÇÃO (MANUTENÇÃO) DOS INALADORES

Os inaladores podem representar um perigo para a saúde se não forem limpos e desinfetados corretamente.

O aparelho tem a função de transformar o medicamento em pequenas partículas e facilitar a penetração nos pulmões. Por isso, se não houver uma limpeza correta, fungos e bactérias podem acompanhar a medicação.

O risco de contaminação por falta de limpeza é um assunto pouco falado.

LIMPEZA - Não existem regras específicas para a manutenção do inalador, mas existem consensos sobre a melhor forma de os limpar.

Antes de manusear o equipamento e a medicação é preciso lavar bem as mãos. Logo após, deve-se lavar com sabão neutro e secar bem.

Como o nebulizador é de material plástico e permanece em ambiente húmido – é preciso pelo



menos uma vez por semana limpar o bocal com um pano humedecido em água ou um “dodot”, eliminando a sujidade e alguns microorganismos.

O seu inalador é só seu, não o deve partilhar.

OUTRAS INFORMAÇÕES:

- O inalador deve ser mantido fora do alcance das crianças;
 - Nunca se deve utilizar inaladores fora do prazo de validade;
 - Os inaladores devem ser mantidos sempre bem fechados;
 - Os inaladores não devem ser eliminados no lixo doméstico, mas devem ser entregues na farmácia para serem tratados como resíduos farmacológicos;
 - O inalador deve ser substituído por um novo, cada vez que iniciar uma nova embalagem do medicamento.
-



respira

Associação Portuguesa de Pessoas com DPOC
e outras Doenças Respiratórias Crónicas

www.respira.pt
geral@respira.pt
211 954 697 . 964 926 708
R. Infante D. Pedro, 10B
1700-243 Lisboa

O conteúdo e as afirmações expressas pelo autor são da sua inteira responsabilidade. A Boehringer Ingelheim apoia a publicação desta obra, mas não tem qualquer responsabilidade na seleção dos temas, conteúdos ou afirmações eventualmente proferidas.

Com Apoio:



**Boehringer
Ingelheim**